

河東 ふれあい



126号
発行元
河東地区コミュニティ運営協議会
広報委員会
TEL:35-1837 FAX:35-1864
http://katou-cc.com/

かどコミ農園、サツマイモ大収穫



10月12日(水)秋晴の下、河東小学校・河東西小学校両校の5年生全員(260人)で5月に植えたサツマイモ「紅あずま・紅はるか」を収穫しました。

農園実行委員や青少年育成部会員が指導する中、イモづるを切り、マルチをはがし、小型スコップを手にイモを傷つけないように慎重に掘り起こし、そして出てきた大きなイモに大歓声を上げていました。

尚、収穫に先立ち10月6日(木)には役員がゲストティーチャーとして両校に出向き、かどコミ農園の成り立ちや多くの質問に答えると共に児童の皆さんに期待することや、また逆に自ら地域にどんな貢献ができるか児童同士でミーティングを行いました。その際子ども達からは「来年も何か野菜を植えない」「農園の事をYouTubeに載せたい」などの意見が出ました。

(事務局長 山崎栄一郎)



1950個収穫
できたヨ～!

からだの元気度チェック

9月1日(木)、宗像水光会総合病院の高橋博愛先生を招いて、講話(健康寿命を延ばすには…)とからだの元気度チェックを実施しました。

まず、参加者13人の健康状態を確認し、椅子を使った30秒間立ち座りと3メートル歩行をはじめ、開眼片足立ちや長座体前屈のテストと握力計測を実施しました。

先生は「競争じゃないんで無理せずに」と言われましたが参加者の皆さんは、笑顔で頑張られました。

今回の元気度チェックが、日頃から体を動かす大切さに結び付いたように見えました。

みなさん足腰を鍛えて健康長寿を実践しましょう!

(ヘルス推進員 萩尾勝次)



折り紙教室

9月11日(日)、折り紙教室が開催され、参加者6人は高木伸治さん(樟陽台)の指導でバラの花(福山ローズ)を作りました。

折り紙の要領は折り目を強く付ける、角をきちんと合わせる事と説明があり、皆さんは先生から一人一人丁寧に手伝っていただき、一枚の紙からバラの花が出来ました。また綺麗な模様の千代紙でポチ袋も作りました。

参加した人からは、「初めての経験でとても楽しかった。折り紙に興味をわきました。」との声がありました。

折り紙は指先と頭を使うため、認知症予防に効果的と言われています。おうち時間を利用してご家族で楽しんでみてはいかがでしょうか。

(広報委員)



高木さんの作品

ホタルの幼虫育てています

ホタルクラブでは毎年コミセン内の水槽でホタルの幼虫の飼育を行っています。

今年も9月に入り、水槽にヘイケボタルの幼虫と幼虫のエサとなるカワニナを入れ飼育を始めました。

現在は、まだ小さくて幼虫を確認することは難しいですが、ホタルの里公園の小川に放流する1月頃になると1~2センチ程の大きさに成長します。

5月頃にホタルとなって飛び交うことが楽しみです。

(ホタルクラブ 石田重俊)



ホタルクラブの皆さん

作品展示会



書道・ペン習字 毛筆の作品 9月1日~15日



日本画同好会 日本画 9月16日~9月30日

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止になった2月の「かどコミ文化祭」に代わり、4月1日(金)より「作品展示会」を開催しています。展示の様子を順次掲載します。